

En esta noticia puedes ver...

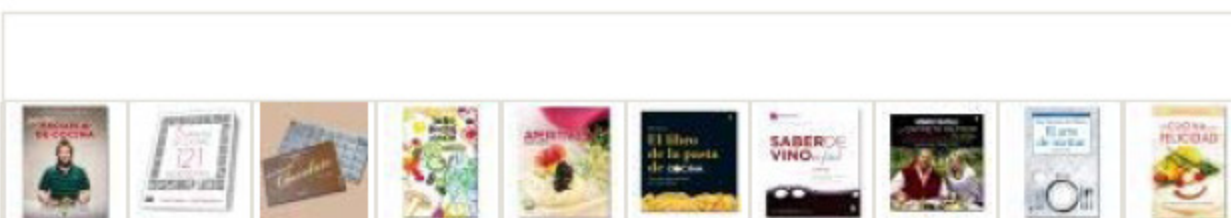
Libros de cocina para regalar

¡Elige tu mejor libro de cocina 2009 aquí!

LOS MEJORES LIBROS DE COCINA 2009

## Libros de cocina para regalar

*La cocina de la felicidad de Adriana Ortemberg*



### Comer feliz

¿Qué? ¿Sabes qué comer para propiciar tu bienestar físico, emocional y espiritual? Descubre aquí qué alimentos te convienen y cómo combinarlos en distintas recetas. ¿Sabías que alimentos como las nueces, los higos, la piña o el aguacate contribuyen a que se libere serotonina, neurotransmisor que combate tu estrés?

Nos encantan: sus recetas saludables para sonreír, mantenerte ágil y rejuvenecer por dentro y por fuera.

*La cocina de la felicidad.*  
Adriana Ortemberg. Ed. Urano. 14 €.